



Destinatários: Salas A, B, C e D			
Ementa de Almoço			
15 a 19 de Janeiro de 2024			
		Sala A e B	Sala C e D
2ª Feira	Sopa	Macedónia	Macedónia
	Prato	Arroz de peixe; salada de tomate ⁵	Arroz de peixe; salada de tomate ⁵
	Sobremesa	Papa de Maçã / Maçã	Maçã
3ª Feira	Sopa	Brócolos	Brócolos
	Prato	Coxas de frango estufadas, com massa meada e salada de alface ²	Coxas de frango estufadas, com massa meada e salada de alface ²
	Sobremesa	Papa de banana / banana	Banana
4ª Feira	Sopa	Alho francês	Alho francês
	Prato	Solha panada no forno, com batata assada e legumes salteados (couve e cenoura) ⁵	Solha panada no forno, com batata assada e legumes salteados (couve e cenoura) ⁵
	Sobremesa	Papa de Pêra e maçã/kiwi	kiwi
5ª Feira	Sopa	Creme de lentilhas	Creme de lentilhas
	Prato	Salda de massa, ovo cozido, frango desfiado e cenoura ralada ^{2,3}	Salda de massa, ovo cozido, frango desfiado e cenoura ralada ^{2,3}
	Sobremesa	Papa de banana e laranja / Laranja	Laranja
6ª Feira	Sopa	Abóbora	Abóbora
	Prato	Arroz de paloco e feijão branco; salada de tomate ⁵	Arroz de paloco e feijão branco; salada de tomate ⁵
	Sobremesa	Papa de pêra/pêra	Pêra
Observações:			

Nutricionista, Jéssica Pinheiro
CP 2948N

"Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações"

1-Leite de Origem Animal e Derivados 2 – Cereais com Glúten 3-Ovo 4-Frutos de Casca rija 5-Peixe 6-Marisco 7 –Soja